

コンプライアンス資料 (道交法⇒飲酒運転・酒気帯び運転)

もし、違反してしまうと……！！

	罰 則	行政処分	教育委員会の処分
飲 酒 運 転	<u>5年以下の懲役</u> または <u>100万円以下の罰金</u>	<u>免許取り消し</u> (3年間、免許を取ることができない)	<u>原則免職</u>
酒 気 帯 び 運 転	3年以下の懲役 または <u>50万円以下の罰金</u>	呼気1リットルにつき 0.25mg以上 ⇒ <u>免許取り消し</u> (2年間、免許を取ることができない)	※車を貸した人 停職 ※酒をすすめた人 停職 ※同乗した人 停職
		呼気1リットルにつき 0.15mg以上 ⇒ <u>免許停止</u> (90日間)	

もし、飲酒運転や酒気帯び運転で人身事故を起こすと……！！

危険運転致死傷罪

どちらかが適用になり、処分を受けます。

運転状況	事故の結果	罰則
アルコール又は薬物の影響により正常な運転が困難な状態で自動車(二輪車を含む)を走行	死亡事故	<u>20年以下の懲役</u>
	負傷事故	<u>15年以下の懲役</u>

自動車運転過失致死傷罪

運転状況	事故の結果	罰則
自動車(二輪車を含む)の運転上必要な注意を怠ったことによる交通事故	死亡事故 負傷事故	<u>7年以下の懲役もしくは禁錮</u> または <u>100万円以下の罰金</u>

飲酒運転・酒気帯び運転をすることで、さらに、**被害者への賠償**＋**家族への影響**なども生じてきます。そのため、今までのような生活を続けることは、難しくなります。

懲戒処分による生涯賃金の減少額 (60歳 定年退職までの減少額)

【例】教員 (40歳)

戒告 約70万

減給6カ月 約457万円

免職 退職手当・給与は支給されない。

(20年間の生涯賃金及び退職手当の総額約 1億7千万円)

(岩手県教育委員会 不祥事案事例集 H20.10から)

アルコールの与える影響

4

アルコール関連問題の専門家から、アルコールが人体に与える影響を
教えてもらいました。



覚えてくださいアルコールの1単位＝純アルコール20gを含む酒量

ビール 500ml	1合 180ml	ダブル1杯 60ml	小グラス2杯 200ml	チューハイ 350ml	焼酎 100ml
5%	15%	43%	12%	7%	25%
ビール	日本酒	ウイスキー	ワイン	チューハイ	焼酎

ここにあげたのは、純アルコール約20グラムを含む酒類です。これを「アルコールの1単位」と呼びます。焼酎やウイスキーなどアルコール濃度が高いものほど、量が少ないことがわかるでしょう。

アルコールの処理にかかる時間

- 1単位を飲むと、体内での処理に飲み終わってからおよそ4時間かかります。飲酒して8時間後に勤務したとします。
- 2単位ならアルコールは検出されませんが、3単位だと……？ 検出されることとなります。飲酒運転を防ぐためにも、健康のためにも、大事なのは、飲みすぎないこと。3単位以上飲むのはやめましょう。なお、アルコールの分解には、体質・体重・体調・飲み方などによる個人差・性差があり、睡眠中は遅れます。体調にも影響されます。

健康日本21

厚生労働省が推進している「健康日本21」に、アルコールに関する項目が含まれているのをご存知ですか？

リスクの低い飲酒の目安として示されているのが、1日純アルコール20グラム以内、つまり「1単位」です。一方、「3単位以上」の飲酒は、生活習慣病のリスクを一気に高めます。実際に、医療費は3単位を境に6割跳ね上がると言われます。胃腸障害・肝臓障害・高血圧・糖尿病・痛風・脳卒中・がん・不整脈・心筋症・すい炎・末梢神経炎・小脳変性症・大脳萎縮・骨粗しょう症……酒飲みは「肝臓を悪くする」と言われますが、「肝臓も悪くする」と覚えておいてください。

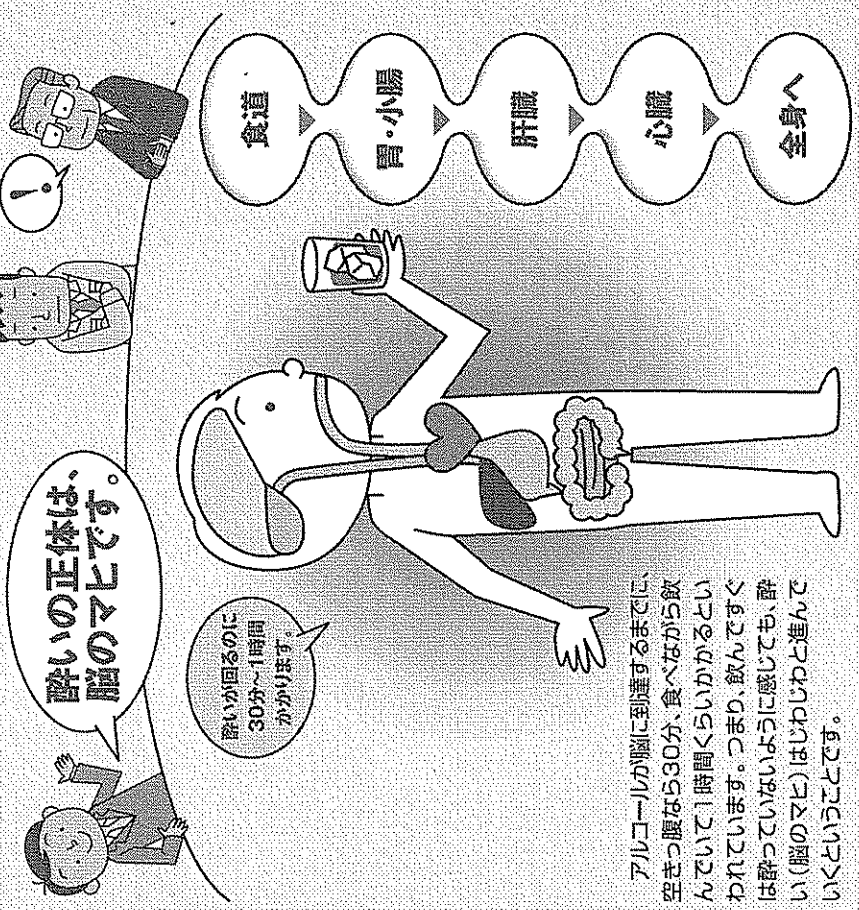
「睡眠呼吸障害」のリスクも、3単位飲酒では3倍になるといふ報告が出ています。

★「健康日本21」の詳細はこちらのホームページをご覧ください。
<http://www.kenkoujapan21.gr.jp/>

体内に入ったアルコールは、どこに行くのでしょうか。

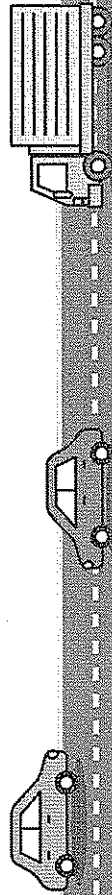
食道を通して胃、小腸に流れ込みます。そして胃と小腸の壁から血管に吸収されて肝臓に運ばれます。肝臓で分解できる量はほんの少しです。処理しきれないアルコールはどのようなのでしょうか。血管に入り、心臓に向かいます。心臓は血液を全身に送り出すポンプですから、アルコールは鼓動と一緒に押し出されて全身を回り、脳に到達するのです。脳には関所があって、害になるものはシャットアウトするしくみになっていますが、アルコールは水にも油にも溶ける性質を持っているため脳の関門を通り抜けて入り込み、脳の神経細胞をマヒさせます。

酔いとは、アルコールによる「脳のマヒ」なのです。



酔いの段階……

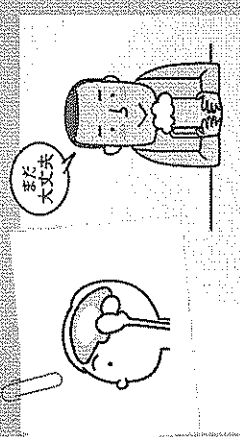
「脳のマヒ」が進んでいく!



はる酔い

血中アルコール濃度 0.2 ~ 0.5mg/ml
呼吸気体濃度 0.1 ~ 0.15mg/l

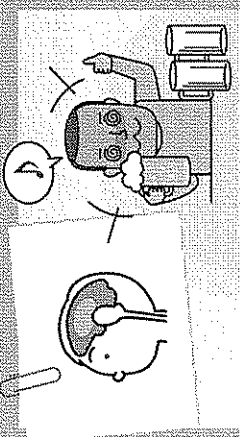
「理生」の脳、大脳新皮質に徐々にマヒが進んでいる状態です。気分が高揚し、抑制がはずれて気が大きくなります。1単位以内、多くて2単位くらいの飲酒でこの段階になります。飲酒運転で問題になるのはたいていこんなとき。というのは、「大丈夫、自分はまだ酔っていません」と感じることも多いです。でも実際には、アルコールの影響で集中力・判断力・思考力が鈍っています。そのため、ひた人は慎重な人でも、うっかりミスをしたり、重大な判断ミスをしたりということが起こりから。反射神経や動体視力（動いているものを見分ける視力）にも重大な影響が出ています。



略酔

血中アルコール濃度 1 ~ 2mg/ml
呼吸気体濃度 0.5 ~ 1mg/l

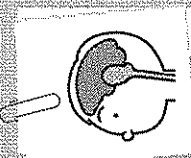
いわゆる酔っぱらい、2単位以上、3~4単位飲んだ状態です。大脳新皮質のマヒがどんどん進み、内側の脳辺縁系や小脳にまでマヒが広がります。ここは「感情」や「運動」をつかさどる脳。そのため、舌かもつれ、感情の起伏が激しくなったり、干鳥足になったりします。それが、ホームや階段からの転落事故や酔っ払い同士のケンカにつながります。歩くのもままならないのですから、運転なんでもつてのほかに「酒気帯び運転」ところか、間違いない「酒酔い運転」になります。



泥酔

血中アルコール濃度 3mg/ml
呼吸気体濃度 1.5mg/l

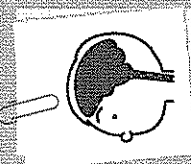
酔いつぶれた状態。内側の脳辺縁系や小脳まですっかりマヒしています。この段階の人を一人にしては危険です。様子がおかしければ病院に運びましょう。



昏睡

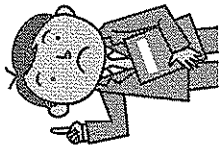
血中アルコール濃度 3 ~ 4mg/ml
呼吸気体濃度 1.5 ~ 2mg/l

昏んでも揺すってもつねにも反応しません。脳の中心にある延髄や脳幹にまでマヒが進み、死と紙一重の状態。放置すると死に至ります。一刻も早く救急車を呼んでください。



注意! 飲んだ翌日の飲酒運転

「車中で仮眠をとって酔いをさました」「一晩寝たから酒は抜けていると思っただ」こんな日中の飲酒運転が増えています。目立つのは、飲み会からタクシーや代行で帰った翌日、二日酔いで運転するケース。「朝起きて日課のジョギングをし、シャワーを浴びて車で出勤途中に検挙された」という人もいます。休日の昼食時に飲み、夕方、近くのスーパーに買い物に行く途中で事故を起こしたという例も。



肝臓でのアルコールの処理は思いのほかゆっくり。3単位飲んだら、半日近くかかると覚えておきましょう。6単位以上飲んだとしたら、1日たっても、脳は「ほろ酔い」状態の可能性があるので。足が確保されていていても飲みすぎには注意しましょう。(アルコールの1単位については7ページ参照)

ドリンク剤に要注意!

1981年に名神高速道路で8台の玉突き事故があり、19人の死傷者がました。事故の原因となった運転手の運体からはアルコールが検出。けれども、運転手は体質的に酒に弱く、飲酒の習慣はありませんでした。最終的に、事件は運転手の「過労」が原因とされましたが、担当した監察医は納得できずに事実の究明を続け、その運転手には食後にドリンク剤を飲む習慣があったこと、多くのドリンク剤にアルコールが含まれていることが判明しました。

1%のアルコールを含むドリンク剤を服用して実験したところ、10分後に動体視力が約15%落ちたという報告もあります。つまり、普通なら100メートル前に識別できるものが、85メートルに近づかないとわからないということ。たった1%のアルコールでさえ、これだけの影響を及ぼすのです。

「体調が悪く、通勤途中でドリンク剤を2本飲んだら、点呼時にアルコール検知器が鳴ってしまった」という運転手さんの話もあります。いわゆるノンアルコール飲料や、ケーキやゼリーにもアルコールをけっこう含んでいるものがありますから、気をつけてください。



アルコールが抜けるにはどれくらいかかるの？

● アルコールの分解時間の計算方法

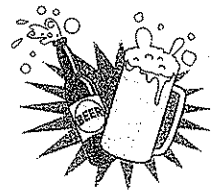
- ① 体重 (kg) × 0.1 = 1時間に分解できる純アルコール量 (g)
- ② 実際に飲んだ純アルコール量 (g) ÷ ① = アルコールの分解に必要な時間

↓
下の表を参照

(例) 体重60kgの人がビール(500ml)1缶と清酒1合飲んだ場合

$$60\text{kg} \times 0.1 = 6\text{g}$$

$$(20\text{g} + 22\text{g}) \div 6\text{g} = 7\text{時間} \quad \text{分解するのに7時間必要になる}$$



● 主な酒類の純アルコール量

お酒の種類	ビール (500ml)	清酒 (1合180ml)	ウイスキー ブランデー (ダブル60ml)	焼酎 (1合180ml)	ワイン (1杯120ml)
アルコール度数	5%	15%	43%	35%	12%
純アルコール量	20g	22g	20g	50g	12g

*資料：厚生労働省「健康日本21」より

● 飲酒量と分解できる時間



飲酒量	男性(体重69kgの場合)	女性(体重53kgの場合)
ビール 350ml 1缶	2時間	3時間
ビール 500ml 1缶	3時間	4時間
日本酒 1合	3時間	4時間
焼酎 1合	7時間	9時間
ワイン 1杯(120ml)	2時間	3時間
ビール中ジョッキ1杯と日本酒1合	6時間	8時間
ビール中ジョッキ1杯と焼酎1合	10時間	13時間
ビール中ジョッキ2杯と焼酎2合	21時間	26時間

*体重は平成17年度定期健康診断における本市職員の平均としている。

アルコール量	1時間	2時間	3時間	4時間	5時間	6時間
大ビン1本 23.9g	コップ1杯	コップ2杯	コップ3杯	大ビン1本	大ビン1本+1杯	大ビン1本+2杯
生中ジョッキ 1杯 19g	ジョッキ1/3	ジョッキ1/2	ジョッキ1杯	ジョッキ1杯+ 1/3杯	ジョッキ1杯+ 1/2杯	ジョッキ2杯
500ml 1缶 20g	1/3缶	1/2缶	1缶	1缶+1/3缶	1缶+1/2缶	2缶
チューハイ杯 1杯 19.6g	チューハイ1/3	チューハイ1/2	チューハイ1杯	チューハイ1杯+ 1/3杯	チューハイ1杯+ 1/2杯	チューハイ2杯
焼酎110ml 25g	焼酎30 (1/4)	焼酎60 (1/2)	焼酎90 (3/4)	焼酎1杯	焼酎1杯+1/4	焼酎1杯+1/2
日本酒 1合 27g	1/3合	1/2合	1合	1合+1/3	1合+1/2	2合
洋酒類 ウイスキー シングル1杯 11g	シングル1/2杯	シングル1杯	シングル1杯+1/2	シングル2杯	シングル2杯+1/2	シングル3杯
ワイン グラス1杯 12g	グラス1/2	グラス1杯	グラス1杯+1/2	グラス2杯	グラス2杯+1/2	グラス3杯